
”SE RIITTI, ETTÄ ON MUITA NUORIA ÄITEJÄ”

Nuorten äitien kokemuksia Näpin merkityksestä arjessa

Huotari Sari
Karppinen Jonna-Mari

Opinnäytetyö

Ammattikorkeakoulututkinto

Koulutusala Sosiaali-, Terveys- ja Liikunta-ala	
Koulutusohjelma Sosiaalialan koulutusohjelma	
Työn tekijä(t) Huotari Sari ja Karppinen Jonna-Mari	
Työn nimi "SE RIITTI, ETTÄ ON MUITA NUORIA ÄITEJÄ" Nuorten äitien kokemuksia Näpin merkityksestä arjessa	
Päiväys 10.4.2011	Sivumäärä/Liitteet 38/1
Ohjaaja(t) Kristiina Kukkonen	
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t) Mannerheimin lastensuojeluliiton Kainuun Piiri ry	
<p>Tiivistelmä</p> <p>Tutkimuksen tehtävänä oli selvittää nuorten äitien tarpeita ja sitä kuinka Kajaanissa sijaitsevan nuorten äitien perhekahvila Näpin toiminta vastaa äitien tarpeisiin. Selvitimme miksi äidit valitsivat Näpin muiden perhekahviloiden sijasta ja haimme kehitysehdotuksia Näpin toiminnan parantamiseksi. Tutkimuksemme pohjautui sosiaaliseen tukeen, vertaistukeen ja Maslow'n (1943) tarvehierarkiaan, joiden pohjalta tulkitsimme äitien tarpeita.</p> <p>Toteutimme tutkimuksen kvalitatiivisena eli laadullisena tutkimuksena. Aineiston keräsimme huhtikuussa 2010 teemahaastatteluina, joihin osallistui seitsemän 21–25-vuotiaasta Näpissä käyvää äitiä.</p> <p>Sisällönanalyysivaiheessa huomasimme selkeän kahtiajaon äitien tukiverkostoissa. Osa äideistä koki tukiverkostonsa hyväksi ja osa heikoksi. Äitien kokemukset tarpeista ja Näpin merkityksestä erosivat sen perusteella kumpaan ryhmään he kuuluivat. Tutkimuksen tulosten mukaan tukiverkostonsa hyväksi kokeneet äidit kokivat Näpin tukevan sosiaalisia kontakteja ja hyvinvointia. Tukiverkostonsa heikoksi kokeneet äidit hakivat vahvistusta Näpistä arjessa jaksamiseen.</p> <p>Suurin osa Näpissä käyneistä äideistä ei käynyt muissa perhekahviloissa kuin Näpissä. Äidit olivat kokeneet muiden perhekahviloiden aukioloajat huonoiksi, sekä keskustelun hankalaksi vanhempien äitien kanssa. Äidit olivat pääosin tyytyväisiä Näpin toimintaan. Kehitysehdotuksina toivottiin sitoutunutta vetäjää, aukioloajan muutosta ja Näpin toivottiin olevan auki myös kesäisin.</p> <p>Pohdimme, että hyvä opinnäytetyön aihe tutkimuksemme jatkoksi voisi olla toimintakansion tekeminen Näppiin. Tämä helpottaisi ohjaajan tehtävää ja voisi innostaa muitakin äitejä toimimaan vetäjänä. Mietimme myös, että voisi olla hyvä idea hankkia Näppiin ohjaajia Kajaanin Ammattikorkeakoulun tai Yliopiston opiskelijoista.</p>	
Avainsanat Nuori äitiys, tarpeet, sosiaalinen tuki, vertaistuki	

SAVONIA UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

THESIS
Abstract

Field of Study Social Services, Health and Sports			
Degree Programme Degree Programme in Social Services			
Author(s) Huotari Sari and Karppinen Jonna-Mari			
Title of Thesis "IT WAS ENOUGH, THAT THERE WERE OTHER YOUNG MOTHERS TOO" Experiences of young mothers from the meaning of Näppi café in their everyday lives.			
Date	10.4.2011	Pages/Appendices	38/1
Supervisor(s) Kristiina Kukkonen			
Project/Partners Mannerheim League for Child Welfare Kainuu District			
<p>Abstract</p> <p>The aim of this thesis was to find out young mothers' needs and how Kajaani's young mothers family café Näppi and its activities meet mothers' needs. We studied why mothers choose Näppi cafe instead of other family cafés, and we wished to get development proposals to improve Näppi's activities. Our thesis was based on social support, peer support and Maslow's (1943) hierarchy of needs. On the basis of those concepts we interpreted mothers' needs.</p> <p>This study was qualitative. We collected material in April 2010 by theme interviews. Seven mothers aged 21–25, who were regular visitors of Näppi café, participated in the research.</p> <p>In the content analysis phase we noticed clear separation in the mothers' support networks. A part of mothers considered their support networks good, and a part of mothers regarded their support networks weak. The mothers' views on their needs and the meaning of Näppi café in their lives differed from one another depending on which group they belong. According to this study those mothers who experienced their support network good thought that Näppi cafe supports their social contacts and wellbeing. Those mothers who experienced their support network weak came to Näppi cafe to get strength to cope with the everyday life.</p> <p>Most of the mothers who visited Näppi cafe did not visit other family cafes. Those mothers did not find the opening hours of those cafés suitable for them and they considered it difficult to discuss with older mothers. The mothers were mainly satisfied with Näppi cafe's activities. As development suggestions the mothers wished for a committed leader, a change in opening hours and summer-time opening hours.</p> <p>We think that a good further research topic to our survey could be doing an activity folder to Näppi cafe. This would help the leader's task and encourage other mothers to work as leaders. We also think that it would be good idea to get leaders to Näppi cafe from the students of Kajaani University of Applied Sciences or other university students.</p>			
Keywords Young motherhood, needs, social support, peer			

SISÄLTÖ

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

JOHDANTO	6
----------------	---

1 NUORI ÄITIYS JA ÄITIYDEN TUOMAT TARPEET	8
---	---

1.1 Äitiyden määritelmä	9
-------------------------------	---

1.2 Äitiys yhteiskunnassa	9
---------------------------------	---

1.3 Tarpeet	11
-------------------	----

1.4 Sosiaalinen tuki	13
----------------------------	----

1.5 Sosiaalisen tuen vaikutuksia	14
--	----

1.6 Vertaistuki sosiaalisen tuen muotona	15
--	----

1.7 Mannerheimin Lastensuojeluliitto vertaistuen mahdollistajana	17
--	----

1.7.1 MLL:n perhekahvilatoiminta Kainuussa	18
--	----

1.7.2 Nuorten äitien perhekahvila Näppi	18
---	----

2 TUTKIMUKSEN TEHTÄVÄ JA TOTEUTUS	20
---	----

2.1 Tutkimuksen kohderyhmä	20
----------------------------------	----

2.2 Tutkimuksen toteutus	21
--------------------------------	----

2.3 Tutkimusaineiston keruu	21
-----------------------------------	----

2.4 Aineiston analysointi	23
---------------------------------	----

2.5 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys	24
---	----

3 TUTKIMUSTULOKSET	26
--------------------------	----

3.1 Näpissä käyvien äitien tarpeet	26
--	----

3.2 Sosiaalisten verkostojen merkitys äitien arjessa	27
--	----

3.3 Näppi sosiaalisten kontaktien mahdollistajana	28
---	----

3.4 Kehitysehdotukset Näpin toiminnalle	29
---	----

3.5 Johtopäätökset	29
--------------------------	----

POHDINTA	32
----------------	----

LÄHTEET	36
---------------	----

LIITTEET

Liite 1 Teemahaastattelurunko

JOHDANTO

Mannerheimin Lastensuojeluliiton Kainuun Piiri ry perusti nuorten äitien perhekahvila Näpin Kajaaniin erään nuoren äidin aloitteesta vuonna 2004. Näppi oli toiminut Kajaanissa perustamisesta lähtien pääasiassa vapaaehtoisen ohjaajan vetämänä. Näpin toiminnalla pyrittiin vastaamaan nuorten äitien tarpeisiin ja tarjoamaan heille tilat tavata muita nuoria äitejä. Vanhemmuuden tukeminen ja vertaistuen mahdollistaminen ovat MLL:n keskeisimpiä toimintaperiaatteita.

Opinnäytetyömme toimeksiantaja oli Mannerheimin Lastensuojeluliiton Kainuun Piiri ry. Aloitimme yhteistyön toimeksiantajan kanssa syksyllä 2009. Toinen tutkimuksen tekijöistä oli ohjannut Näpin toimintaa opiskeluihin liittyvinä projektiopintoina syksystä 2009 kevääseen 2010, joten toiminta oli meille sitä kautta tuttua. Näpin toiminnasta ei ollut tehty aikaisempia tutkimuksia, eikä kävijöiltä ollut myöskään kerätty palautetta toiminnasta.

Tutkimuksemme tarkoituksena oli selvittää mitä tarpeita Näpissä käyvillä nuorilla äideillä on ja kuinka Näpin toiminta vastasi niihin. Selvitimme miksi nuoret äidit valitsivat Näpin kaikille avoimen perhekahvilan sijaan ja keräsimme kehitysehdotuksia Näpin toiminnan kehittämistä varten.

Tutkimuksemme oli ajankohtainen, koska Mannerheimin Lastensuojeluliiton Kainuun Piirillä ei ollut tarpeeksi tietoa Näpin kävijöiden kokemuksista ja tarpeista Näpin toimintaa kohtaan. Tutkimuksen tuloksia on tarkoitus käyttää Näpin toiminnan kehittämiseen, mutta MLL voi hyödyntää tutkimustuloksia myös muiden perhekahviloiden toimintojen kehittämisessä. Työmme keskeiset käsitteet ovat nuori äitiys, tarpeet, sosiaalinen tuki ja vertaistuki.

Sosionomi (AMK) opintojen aikana olimme käsitelleet paljon perheisiin ja perheiden hyvinvointiin liittyviä asioita. Yhteisten perhetyöhön ja nimenomaan nuoriin äiteihin liittyvien kiinnostuksen kohteiden vuoksi päädyimme tekemään tutkimuksen nuorten äitien näkökulmasta. Vanhemmuudesta ja äitiydestä oli saatavilla paljon kirjallisuutta ja tutkimustietoa, mutta halusimme rajata tutkimuksemme koskemaan nuoria äitejä.

Nuorella äidillä tarkoitamme työssämme nuorisolain mukaisesti alle 29-vuotiaita äitejä. Haastattelimme seitsemää 21–25-vuotiasta Näpissä käyvää äitiä. Perhebaromet-

rissä nuori äiti määriteltiin alle 25-vuotiaaksi ja tämän ikäisistä naisista noin 25 % on perheellisiä. Suurin osa 25-vuotiaista opiskelee ja elää yksin. (Paajanen 2005,10.) Neljäsosa alle 25-vuotiaista naisista ryhtyy siis äidiksi jo nuorella iällä. Vuonna 2009 Suomessa syntyi 60 430 lasta ja lasten määrä naista kohden oli Kainuussa 2,15. Koko Suomessa se oli 1,86 lasta. (Tilastokeskus) Vuonna 2009 Kainuussa syntyi 790 lasta. (Syntyvyys on selvässä kasvussa Kainuussa).

Pienten lasten tarpeista ja vanhemman ja lapsen välisestä vuorovaikutuksesta löytyi paljon tutkimustietoa, mutta äitien tarpeista oli olemassa vain vähän tutkittua tietoa. Äitien tarpeiden tiedostaminen ja huomioiminen on edellytyksenä perheen hyvinvoinnille. Äitiyden myötä varsinkin sosiaaliset tarpeet muuttuvat muuttuvan elämäntilanteen seurauksena. Perheet voivat tehdä yhteiskunnassamme valintoja, joiden seurauksesta sosiaaliset verkostot tulee rakentaa uudelleen. On tavallista, että perheelliset ihmiset muuttavat työn tai opiskelupaikan takia.

Yhteiskunta Suomessa muuttuu koko ajan yhteisökeskeisestä yksilökeskeisemmäksi, jonka seurauksena myös ihmisten verkostot voivat olla suppeampia. Tämän päivän yhteiskunnassa voi olla vaikeampaa tutustua itsenäisesti uusiin ihmisiin ilman ohjattua toimintaa. Perhekahvilat mahdollistavat samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien ihmisten kohtaamisen ja vuorovaikutuksen.

Tutkimuksemme aineisto hankittiin käyttämällä kvalitatiivista tutkimusmenetelmää. Suoritimme teemahaastattelut Näpin kävijöille keväällä 2010, kun toimintaa ohjasi vielä toinen tutkijoista. Haastattelujemme teemat pohjautuivat tutkimuksemme viitekehykseen. Työmme alkaa käsittelemällä nuorta äitiyttä ja yhteiskunnan asettamia odotuksia äitiyttä kohtaan. Työmme teoreettisena viitekehyksenä käytimme sosiaalista tukea, vertaistukea ja Maslow'n motivaatioteoriaa. Valitsimme Maslow'n motivaatioteorian työhömme, koska sen pohjalta oli hyvä tarkastella äitien tarpeiden moninaisuutta.

1 NUORI ÄITIYS JA ÄITIYDEN TUOMAT TARPEET

Nuorten suunnitellessa perheenisäystä päätöksen tekoon vaikuttavat vauvakuume, halu hankkia lapset nuorena ja tunne hyvästä ja turvallisesta parisuhteesta. Lapsen syntymän myötä nuoret vanhemmat pääsevät osoittamaan kykyään aikuisuuteen. (Paajanen 2005, 42.)

Vanhemmuuden myötä lapsen synnyttyä oma ja puolison kanssa yhteinen aika voivat jäädä vähemmälle kuin ennen lapsen syntymää. Vanhemmat tarvitsevat myös omaa aikaa jaksakseen vanhempana oloa. Lapsi asettaa elämälle rajoituksia, mutta ei sulje pois sosiaalisia kontakteja. Vanhemmuudelle on asetettu myös monia odotuksia joihin tulee vastata. Vanhemmuus on hyvin moniulotteista ja siihen kuuluu eri rooleja. Vanhemman tehtävänä on toimia elämän opettajana, ihmissuhdeosaajana, rajojen asettajana, huoltajana ja rakkaudenantajana. (Airola & Tarsalainen 2003, 32–38.)

Nuorten vanhempien perhetaustoilla on nähty olevan vaikutusta siihen minkä ikäisenä he itse hankkivat lapsia. Nuorena perheellistyneiden omat vanhemmat ovat usein hankkineet lapsia nuorempina kuin myöhemmin perheellistyneiden vanhemmat. Nuorten vanhempien perhetaustat eroavat vanhempana perheellistyneiden perhetaustoista myös siten, että nuorista vanhemmista suurempi osa on elänyt eroperheissä, joissa taloudellinen tilanne on ollut heikompi. (Paajanen 2005, 25–26.)

Äitiyden myötä naiset tarkkailevat itsessä tapahtuvia muutoksia ja osittain vastustavat niitä. Vauva-aika nähdään väsyttävänä vaiheena äidille, koska äiti elää silloin symbioosissa vauvan kanssa. Äitiys nähdään naiseuden uhkana jos se heikentää opiskelu- ja työmahdollisuuksia tai vähentää naisellista viehätysvoimaa. (Berg 2008, 130–132.)

Varttuneemmat naiset ovat yleensä suunnitelleet raskautta huolellisesti iän tuomat fyysiset riskitekijät tiedostaen. Myönteisenä asiana varttuneempana lapsia hankittaessa nähdään hyvä taloudellinen tilanne ja henkinen valmius. Toisaalta varttuneemalla äidillä voi olla vaikeampaa jaksaa arkea pienen lapsen kanssa kuin nuoremalla äidillä. Yhteiskunnassa kuitenkin esitetään vanhemmalla iällä perheellistymistä positiivisempana asiana kuin nuorta äitiyttä. (Kelhä 2009, 10.)

1.1 Äitiyden määritelmä

Psykoanalytikko Pirkko Siltalan mukaan äitiys on ruumiillis-psykkinen kokonaisuus ja peruuttamaton mielentila, joka alkaa raskausaikana ja jatkuu monivivahteisena vuorovaikutusprosessina. Äiti saa vahvistusta omalle äitiydelleen onnistuessaan vastaamaan lapsen tarpeisiin ainakin hetkittäin. (Niemelä, Siltala & Tamminen 2003, 16.)

Äidin ja vauvan välinen vuorovaikutus mahdollistaa äidille syntyvän äitiyden tunteen. Tämä edellyttää sitä, että äiti ottaa lapsensa tarpeet huomioon ja vastaa niihin herkästi. Näin äiti voi saavuttaa tunteen siitä, että hän on juuri tämän lapsen äiti. Äititunteen syntymisen ensimmäisessä vaiheessa äiti ja lapsi kohtaavat toisensa ja tutustuvat toisiinsa. Toisessa vaiheessa äiti ja lapsi muodostavat minäkäsitystään vuorovaikutuksen kautta. (Niemelä ym. 2003, 237.)

Lastenpsykiatrian professori Tuula Tamminen (2002, 5-7.) määrittelee äitiyden niin, että lapsi tekee naisesta äidin. Vanhemmuus on lapsen ja aikuisen välinen ihmissuhde, jossa ollaan jatkuvassa vuorovaikutuksessa. Vanhemmuus on sidottu aikaan ja paikkaan ja monet asiat vaikuttavat siihen millaista vanhemmuutta lapsi saa. Lapset kasvavat ja kehittyvät koko ajan ja heidän tarpeensa muuttuvat myös kasvun myötä. Vanhempien pitää myös pystyä muuttamaan toimintaansa niin, että se vastaa lapsen tarpeisiin. Vanhemmuus vaatii äidiltä jatkuvaa kasvua, opettelemista, läsnäoloa ja jokaisen tulee etsiä itselleen sopiva tapa olla vanhempi. Keskenäisyyden kestämisestä vaaditaan, koska kasvaminen tapahtuu lapsen johdolla. (Antila 2002, 5–7.)

1.2 Äitiys yhteiskunnassa

Kulttuurissamme naiset voivat itse vaikuttaa kumppanin valintaan ja hankkivatko he lapsia. Ehkäisykeinojen kehittyä ja lisääntymisteknologian myötä lasten hankinta voidaan nähdä hyvin suunnitelmallisena tapahtumana. Äitiys nähdään pääsääntöisesti toivottuna ja odotettuna elämäntilanteena. (Berg 2008, 124–128.)

Yhteiskunta asettaa myös odotuksia, että lapsia tulee hankkia vain jos pystyy huolehtimaan heistä. Äitiyttä kohtaan on olemassa monia yhteiskunnan ja äitien itsensä asettamia odotuksia. Suunnitelmallisuudesta huolimatta seuraukset äitiyden valinnasta huomataan usein vasta lapsen synnyttyä. Synnytyksen jälkeen äitiys ei välttämättä vastaa niitä odotuksia, joita äiti on etukäteen itselleen asettanut. Näistä tunteista pu-

huminen voi olla vaikeaa, koska ne ovat edelleen tabuja yhteiskunnassamme. (Berg 2008, 124–128.)

Lasten kotihoidontuen myötä yhteiskunta, ammattilaiset sekä lasten vanhemmat ovat alkaneet pitää lapsen kotona hoitamista kolmen ensimmäisen vuoden aikana normaalina asiana. Äidin kodin ulkopuolista työssäkäyntiä voidaan pitää äidinhoivan näkökulmasta jopa sosiaalisena ongelmana. (Kelhä 2009, 10.) Äitiyttä pidetään tämän päivän yhteiskunnassa yhtenä vaiheena naisen elämää. Äidin elämää voidaan tarkastella siitä näkökulmasta, kuinka äiti yhdistää äitiyden muuhun elämään. Kotiäidiksi jääminen on vaikea valinta, koska suomalaisessa yhteiskunnassa ei arvosteta kotiäitiyttä. Naiset joutuvat perustelemaan itselleen ja muille, miksi ovat päättäneet jäädä kotiin hoitamaan lapsiaan. (Katvala 2001, 21–22.)

Julkisissa ja poliittisissa keskusteluissa ollaan oltu huolestuneita ensisynnyttäjien keski-ikänsä noususta ja lapsiperheiden määrän vähentymisestä 2000-luvulla. Ihmiset lykkäävät lasten hankintaa arvojensa ja valitsemansa elämäntyylin vuoksi. (Kelhä 2009, 8.) Vuonna 2009 kaikkien synnyttäjien keski-ikä oli 30,1 vuotta ja ensisynnyttäjien keski-ikä oli 28,2 vuotta (Tilastokeskus 2009). Ensisynnyttäjien keski-ikänsä nousu on yksi tärkeistä tekijöistä on se, että naiset kouluttautuvat nykyään pitemmälle kuin ennen ja opiskeluajat ovat pidentyneet. Tilastojen mukaan 25-vuotiaista naisista noin 25 % ja miehistä noin 14 % on perheellisiä. Suurin osa 25-vuotiaista opiskelee ja elää yksin. (Paajanen 2005, 10.)

Yhteiskunnallisilla asioilla kuten perhepolitiikalla on merkitystä siihen, että lasten hankkimista halutaan siirtää myöhemmäksi. Perusäitiyspäiväraha on noin puolet matalampi kuin perustyöttömyyspäiväraha. Lisäksi naisvaltaisilla aloilla suositaan määräaikaisia työsuhteita. (Paajanen 2005, 11.) Ensisynnyttäjien keski-ikänsä nousu johtuu osittain pitenevistä koulutusajoista ja naisten osallistumisesta työelämään. Perhepoliittisilla toimenpiteillä voitaisiin vaikuttaa niin, että naisten olisi helpompi yhdistää työ ja perhe-elämä keskenään. (Isoniemi & Penttilä 2005, 31.)

Lapsiperheille suunnatut sosiaali- ja terveystaloudelliset palvelut ovat Suomessa kansainvälisesti verrattuna kattavia. Kunnallinen päivähoitojärjestelmä mahdollistaa kaikille äideille perheen ja työn yhdistämisen. Nuoriin äiteihin suhtautumisessa on olemassa monenlaisia negatiivisia uskomuksia. Nuori äiti ei ole välttämättä toiminut yhteiskunnan odotusten mukaan hankkimalla ensin koulutusta ja ammattia. Nuori äiti voi joutua turvautumaan yhteiskunnan tarjoamiin tukimuotoihin pärjätäkseen taloudellisesti. Riskinä

nuorelle äitiydelle pidetään sosiaalisia ja taloudellisia ongelmia. Nuoren äitiyden positiivisena puolena äidit näkevät sen, että myöhemmin on aikaa kouluttautua, hankkia palkkatyö ja aikaa ”omaan elämään”. (Kelhä 2009, 8-9.)

1.3 Tarpeet

Vuonna 1943 Abraham Maslow kehitti motivaatioteorian. Teorian mukaan ihmisen saavuttaessa perustarpeilleen tyydytystä ihminen motivoituu etsimään lisää tyydytystä koko ajan vaativammille tarpeilleen. Maslow on huomannut tarpeiden tyydyttämisen etenevän ensin perustarpeisiin ja siitä ylöspäin aina itsensä toteuttamisen tarpeisiin asti. Ihmisen toimet voivat tyydyttää useita tarpeita samaan aikaan. (Learning Theories.com. Home. Maslow’s Hierarchy of Needs.)

Teorian johtavana ajatuksena on ihmisten tarpeiden hierarkkinen järjestyminen. Maslow’n mukaan alla olevat tarpeet tulee jollain tasolla olla tyydytettyjä ennen kuin ihminen voi toimia motivoituneesti seuraavalla tasolla. Järjestys on kuitenkin joustava, sillä tarpeiden ei tarvitse olla täysin tyydytettyjä seuraavaan tarveluokkaan siirryttäessä. (Maslow 1987, 15–26.)

Ihmisen saavuttaessa hierarkian matalimmille tarpeilleen tyydytystä korkeampien tarpeiden tyydyttäminen käy tärkeämmäksi. Näin jatkuu tarvehierarkian ylös asti, kunnes ihminen käy tyydyttämään ylintä tarvetta eli itsensä toteuttamisen tarvetta. Itsensä toteuttamisen tarpeen tyydyttäminen on jatkumo, joka jatkuu koko elämän läpi. Ihmisen kasvaessa henkisesti aina on mahdollisuuksia jatkaa itsensä kehittämistä. Maslow’n mukaan vain pieni prosentti ihmisistä saavuttaa ylimmän tason elämänsä aikana. (NetMBA. Management. Maslow’s Hierarchy.)

Maslow’n motivaatioteoria esitetään yleisesti pyramidina, jossa tarpeet on jaettu eri luokkiin. Maslow’n motivaatioteoriassa on kuusi tarveluokkaa:

- *fysiologiset tarpeet,
- *turvallisuuden tarpeet,
- *yhteenkuuluvuuden ja rakkauden tarpeet,
- *arvostuksen tarpeet, sekä
- *älylliset ja esteettiset tarpeet
- *itsensä toteuttamisen tarpeet

(Maslow 1987, 15–26.)

Fysiologisiin tarpeisiin sisältyy elämän ylläpitoon tarvittavia elementtejä, kuten unta ja ravintoa. Mikäli nämä tarpeet eivät ole täyttyneet, ihminen pyrkii ensimmäiseksi täyttämään ne. Turvallisuuden tarpeita tyydyttäessä ihminen kiinnittää huomionsa seuraavaksi asioihin kuten työllisyyteen, rahojen riittävyyteen ja elämiseen turvallisella alueella. Kun nämä tarpeet ovat osittain tyydyttyneitä, ihminen suuntaa tarveluokassa ylöspäin. Seuraavaksi ihminen hakee yhteenkuuluvuuden ja rakkauden tarpeita, joihin sisältyy vertaistuki ja sosiaalinen kanssakäyminen. Arvostuksen tarpeita täyttäessä ihminen keskittyy sosiaaliseen asemaan ja haluun tuntea itsensä tärkeäksi. (NetMBA. Management. Maslow's Hierarchy.) Kun arvostuksen tarve täyttyy se johtaa siihen, että ihminen tuntee itsensä tarpeelliseksi ja riittäväksi. Vakaa ja terve itsetunto perustuu ansaitulle arvostukselle. (Maslow 1987, 21.)

Älyllisiin ja esteettisiin tarpeisiin sisältyy ihmisen tarve kokea kauneutta ja harmoniaa ympärillään, sekä halu ymmärtää ja tietää asioita. Esteettiset tarpeet voivat olla osittain päällekkäisiä älyllisten tarpeiden kanssa ja niitä voi olla vaikea erottaa toisistaan (Maslow 1987, 25.) Itsensä toteuttamisen tarpeisiin kuuluu saavuttaminen täysi potentiaali ihmisenä. Nämä tarpeet eivät ole ikinä täysin tyydytettyjä, koska aina on mahdollisuus kehittää itseään. (NetMBA. Management. Maslow's Hierarchy.)

Maslow on huomannut, että mikäli jokin tarve on jäänyt osittain tai kokonaan tyydyttämättä, ihminen pyrkii tyydyttämään tarpeen. Esimerkiksi mikäli ihminen kokee asuvansa turvattomalla alueella, hänen motivaationsa on kiinnittynyt täyttämään turvallisuuden tarpeet. Tällöin ihminen etsii ratkaisua löytää turvallisempi asumisratkaisu ja hierarkian ylemmät tarpeet jäävät vähemmälle huomiolle. (NetMBA. Management. Maslow's Hierarchy.)

Maslow'n mukaan useimmat ihmisen halut ovat enemmän keinoja saavuttaa päämäärä kuin päämäärä itse. Esimerkiksi ihminen pyrkii hankkimaan rahaa voidakseen ostaa auton. Auton hän haluaa hankkia, koska naapureillakin on auto, eikä hän halua tuntea huonommuutta. Auton avulla henkilön itsetunto nousee, joka nostaa henkilön itsekunnioitusta. Saavutetun itsekunnioituksen kautta ihminen voi myös saada kunnioitusta muilta. Ihminen on tietoinen haluistaan, mutta tarkoitusperä halujen takana ei ole aina selvä. (Maslow 1987, 5-6)

Tavoitteet ohjaavat tarpeiden tyydyttämistä. Esimerkiksi mikäli ihminen aikoo toteuttaa haaveilemansa ulkomaan lomamatkan, hän tarvitsee rahaa. Tällöin ulkomaan

lomamatka on ihmiselle tavoite, johon hän pyrkii ja raha on tarve, jonka avulla ihminen pääsee tavoitteeseensa. Ihmisen pyrkiessä tyydyttämään tarpeitaan hän pyrkii aina jotain tavoitetta kohti. Kun ihmisellä on mahdollisuus saada tarpeensa tyydytettyä, hänen voidaan sanoa olevan hyvinvoinnin tilassa. (Allardt 1976, 22–23.)

Maslow on huomannut, että ihmiset hakeutuvat erilaisiin ryhmiin kontaktien ja yhteenkuuluvuuden tarpeesta. Sosiaalinen ilmiö on korostunut, koska ihmisillä on yleisesti tunne yksinäisyydestä ja syrjäytymisestä ja se on pahentunut kaupungistumisen, ihmisten muuttamisen, perheiden hajoamisen ja sukupolvien välisen kuilun vuoksi. (Maslow 1987, 20.)

1.4 Sosiaalinen tuki

Sosiaalisen tuen prosessi on ihmissuhteisiin perustuva prosessi, jossa merkittävää on ihmisten välinen viestiminen. Keskeinen edellytys sosiaalisen tuen prosessille on, että ihminen kokee haluavansa vuorovaikutukseen samassa tilanteessa olevien ihmisten kanssa. Lapsiperheiden kohdalla samanikäiset lapset voivat toimia yhteydenluojina, sillä vanhemmat kokevat samantapaisia arjen haasteita hoito- ja kasvatustehävässään. (Pietilä-Hella 2010, 64–66.)

Sosiaalinen tuki sisältää kannustamista, neuvomista, rohkaisua ja tosiasiatiedon välittämistä. Viestiminen voi tapahtua sanallisesti tai sanattomasti, kuten rohkaisevan katseen, eleen tai läsnäolon muodossa. Sosiaalisen tuen prosessi on dynaaminen, jossa haasteelliset muuttuvat tilanteet ja olosuhteet vaikuttavat sosiaalisen tuen tarpeen kokemiseen. Lapsiperheiden kohdalla sosiaalisen tuen prosessin lopputulos on ollut myönteinen. Perheet ovat kokeneet sen lisänneen yleisen hyvinvoinnin tunnetta sekä voimavarojensa lisääntymistä, joka on vähentänyt uupumista. (Pietilä-Hella 2010, 64–66.)

Äidin saama sosiaalinen tuki hyödyttää aina myös lasta. Jokaisella äidillä tulisikin olla oikeus saada sosiaalista tukea äitiydelleen ja kotitöiden jakamiseen. Äidit joilla on laaja tukiverkosto reagoivat lapsen tarpeisiin herkemmin kuin äidit, joiden tukiverkosto on suppeampi. Mirjami Kivijärven Suomalaisia äitejä ja vauvoja koskevassa tutkimuksessa todettiin, että tärkein sosiaalinen tuki äidille vauvan ensimmäisen elinvuoden aikana oli äidin oman äidin antama tuki. Aina tämä ei ole kuitenkaan mahdollista

jo eri asuinpaikkakunnan takia. Äidin saadessa tukea ja sosiaalista vuorovaikutusta hän voi jaksaa paremmin arjessa. (Niemelä ym. 2003, 258.)

Sosiaalista tukea saadakseen ihmisen on kuuluttava jonkinlaiseen sosiaaliseen verkostoon kuten perheeseen tai ystäväpiiriin. Sosiaaliseen verkostoon voi kuulua myös virallisia tahoja kuten julkisten palveluiden työntekijöitä. Sosiaaliseen verkostoon tulee kuulua riittävästi ihmisiä joilta voi saada tarvittaessa tukea. Tuen tulee myös olla sellaista joka tyydyttää tarpeita. Sosiaalisella tuella pyritään vaikuttamaan myönteisesti ihmisten hyvinvointiin. (Viljamaa 2003, 26.)

Sosiaaliset verkostot tarkoittavat ihmisten välisiä suhteita, jotka muodostuvat kaikista sosiaalisista suhteista ja niille on tyypillistä toistuvat yhteydenotot ja tunteiden läsnäolo. Ihmisen elämänvaiheisiin ja elämäntilanteisiin liittyvillä asioilla on suuri merkitys sosiaalisten verkostojen rakentumisella. Sosiaaliset verkostot voivat syntyä esimerkiksi sukulaisuuden, ystävyys- tai tuttavuuden perusteella. Perheen voidaan ajatella olevan äideille tärkein sosiaalinen verkosto, mutta laajempaan sosiaaliseen verkostoon tarvitaan lisäksi myös muista yhteyksistä tulevia sosiaalisia suhteita. Perheen jokaisella jäsenellä on yleensä perheen yhteisten sosiaalisten suhteiden lisäksi omia sosiaalisia suhteita. (Järvinen, Lankinen, Taajamo, Veistilä & Virolainen 2007, 112–113.)

Verkosto on sosiaalisten suhteiden systeemi, joka voi auttaa ihmistä toimimaan erilaisissa tilanteissa antamalla henkistä tukea, aineellista apua tai palveluita. Yksilölle tärkeät sosiaaliset suhteet voivat auttaa löytämään ja käyttämään omia voimavaroja ja selviytymään muuttuvista tilanteista paremmin. Monet tekijät vaikuttavat kykyyn rakentaa ja ylläpitää sosiaalisia suhteita esimerkkinä yksilölliset tekijät, kuten luonteenpiirteet ja sosiaalisuus, sekä yhteisölliset tekijät kuten kasvuympäristö. (Järvinen ym. 2007, 112–113.)

1.5 Sosiaalisen tuen vaikutuksia

Tuettava ja tukija ymmärtävät toisiaan emotionaalisesti mikäli he elävät samankaltaisessa elämäntilanteessa. Sosiaalinen verkosto ja siitä saatu tuki vaikuttavat suuresti vanhempana jaksamiseen ja vanhemmuuden laatuun. Lastenhoitoapu, neuvot ja taloudellinen apu auttavat arjessa jaksamisessa. Sosiaalinen tuki auttaa stressaavis-

sa tilanteissa ja osaltaan auttaa säilyttämään tyydyttävät hoito- ja kasvatuskäytännöt vaikeissakin tilanteissa. (Viljamaa 2003, 26.)

Sosiaalinen tuki auttaa vanhempia rakentamaan aktiivisempia selviytymiskeinoja. Etenkin äitien itsetuntoa vahvistaa ja rakentaa se kiitos, joka tulee sosiaaliseen verkoon kuuluvilta kokeneemmalta tärkeältä henkilöltä. Emotionaalinen tuki on todettu useissa tutkimuksissa tärkeäksi hyvän vanhemmuuden ennustajaksi; kun itse saa myötäelävää tukea, on helpompi antaa hoivaa ja tukea lapselleenkin. Toimiva sosiaalinen tukiverkosto parantaa vanhempien mahdollisuuksia vastata vanhemmuuden haasteisiin. (Viljamaa 2003, 26.)

Psykoanalyttikko Pirkko Siltalan (2002, 56–58) mukaan äidin hyvä tukiverkosto on tärkeää arjessa jaksamisen kannalta ja se luo turvallisuuden tunnetta. Hyvään tukiverkoston kuuluu puoliso, isovanhemmat, toiset äidit, ystävät ja laajempi omaispiiri sekä yhteiskunnan tuottamat erilaiset palvelut ja tukirakenteet. Äiti itse tarvitsee turvallisuuden tunteen, hoivaa ja hyväksyntää. Perheen ja lähipiirin voidaan katsoa olevan äidille tärkein turvallisuuden tuoja, mutta mikäli he eivät ole riittävästi mukana perheen elämässä voi toisista äideistä, ystävistä ja yhteiskunnan tukiverkostosta saada lisää tukea. Hyvä tai pienimuotoisempi tukiverkosto antaa äidille hoivakokemuksen, joka siirtyy äidin ja vauvan välille. Äidin tukeminen auttaa äitiä hoitamaan lastaan konkreettisesti ja mielen tasolla. Äidit tarvitsevat myös aikaa pohtia, ajatella ja harkita äitiyteen liittyviä asioita joiden pohjalta omaa äitiyttä luodaan. (Antila 2002, 56–58.)

1.6 Vertaistuki sosiaalisen tuen muotona

Vertaistuki merkitsee sitä, että samankaltaisessa elämäntilanteessa oleva ihminen haluaa jakaa ja saada kokemuksia ja tietoja toisille samankaltaisessa elämäntilanteessa oleville. Ihmiset nähdään oman elämänsä asiantuntijoina ja vertaistoiminnan tavoitteena on, että ihminen löytää itsestään vahvuudet ja voimaantumisen mahdollisuudet. Vertaistuki on sosiaalisen tuen muoto, joka ei aina perustu lähtökohtaisesti johonkin ongelmaan. Ryhmässä on mahdollista peilata omia kokemuksia toisten kanssa. (Kinanen 2009, 69–70.) Ryhmät, joissa vertaisia nähdään, voivat olla monen kokoisia. Tyypillistä kuitenkin on, että ne kasvavat ja hajoavat sekä järjestyvät uudelleen taas pienemmiksi ryhmiksi. Yleisin vertaisryhmä on ryhmä saman ikäisiä ja yleensä samaa sukupuolta olevia ihmisiä. (Cottarell 1996, 23.)

Vertaistuessa kyse on lähinnä itsearviointin ja itsearvostuksen kannalta tarpeellisesta tiedosta. Äidin tavatessa muita vanhempia hän voi havaita, että monet lapsiperheen pulmat ja ongelmat ovat tavallisia. Hän voi verrata omia kokemuksiaan ja tuntea ongelmista huolimatta olevansa hyvä vanhempi. Äiti saa itsearviointinsa tueksi vertailutietoa, joka mahdollistaa itsearvostuksen. (Viljamaa 2003, 48.) Ystävät ja vertaiset ovat merkittävä tuki ihmiselle. Vertaistuella on suuri vaikutus ihmisen käyttäytymiselle ja se voi ehkäistä riskikäyttäytymistä ja masennusta. Ystävyys-suhteet, joissa vertaistuen periaate esiintyy vaihtuvat useasti elämän aikana. (Joronen 2005, 35.)

Äiti tarvitsee tunnetta siitä, että hän on tuettu ja arvostettu, sekä että hän saa apua tarvittaessa. Tuore äiti tarvitsee synnytettyään tukea toisilta naisilta selvitäkseen vauvan hoidosta, sekä vauvan ja äitiyden herättämistä valtavista tunteiden kirjosta. Joskus naisten välinen tuki voi kääntyä väärinpäin ja äitiydestä voi myös muodostua naisten välinen kilpailun ja suorittamisen näyttämö. Tällöin tuki ei palvele tarkoitustaan. (Niemelä ym. 2003, 299.)

Vertaistuki on yhteisten kokemusten jakamista joko ryhmässä tai kahden kesken, ja se kuuluu olennaisesti ihmisten jokapäiväiseen elämään. Vertaistoiminnassa painotetaan arkielämää ja perheet voivat jakaa yhteisiä kokemuksiaan ollessaan tekemisissään keskenään. Vertaistoiminta mahdollistaa kasvun ja arjen kannalta uuden oppimisen. Vertaistoiminnalla on erityisen suuri merkitys silloin, kun oma elämäntilanne eroaa suuresti lähiympäristön elämäntilanteesta tai on kyseessä muutostilanne, jossa oma identiteetti tulee rakentaa uudelleen, kuten esimerkiksi vanhemmuuden myötä. (Niemelä & Dufva 2003, 30–32.)

Vertaistoiminnan arvoja ovat tasa-arvoisuus, avoimuus ja toisten kunnioittaminen. Vertaistoiminta on vapaaehtoista ja se edellyttää osallisuutta ja halua jakaa omia kokemuksia muiden samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien kanssa. Kokemustiedosta voi olla apua elämän ongelmatilanteissa, koska kokemuksia vaihtamalla ja keskustelun avulla voi esimerkiksi tutkittua asiantuntijatietoa olla helpompi ymmärtää ja soveltaa oman perheen arkeen. (Niemelä & Dufva 2003, 30–32.)

Emotionaalinen tuki eli tunnetuki on osa vertaistukea. Tukea voi olla pelkkä toisen läsnäolo tai tieto siitä, että joku on käytettävissä. Merkittävää on tuen antajan ja saajan välillä oleva asenne ja ilmapiiri. Kuuntelu ja tasavertainen keskustelu ovat myös keskeisiä. Emotionaalista tukea voivat olla rohkaisevat keskustelut ja ihmisen tilan-

teen normalisointi sekä huomion kiinnittäminen pois akuutista tilanteesta. Ilon tuottaminen ystävien, yhdessäolon, huumorin ja hauskanpidon muodossa on koettu tukea antavaksi. Perinteinen muoto emotionaaliselle tuelle on kasvokkain kohtaaminen. Se ei ole sidottu fyysiseen läheisyyteen ja nykyisin matkapuhelinta ja Internetiä käytetään yhä enemmän kasvokkain kohtaamisen lisäksi. (Pietilä-Hella 2010, 65–66.)

Anne Liinamaa on pro gradu tutkielmassaan tutkinut millaisia ovat sisällöltään äitien käymät keskustelut Vauva-lehden Internet-palstalla ja kuinka äitien vertaistuki tulee ilmi keskusteluissa. Tutkimuksen mukaan äidit etsivät keskustelupalstoilta samankaltaisessa elämäntilanteessa olevia ihmisiä. Äideillä on tarve jakaa lapsiperheen arkeen liittyviä kokemuksia toisten äitien kanssa. Äidit odottavat saavansa keskusteluista neuvoja empatiaa toisilta äideiltä. Vauva-lehden keskustelupalstojen keskeisimpiä teemoja ovat konkreettiset neuvot lapsen hoidossa ja kasvatuksessa, äitien oma jakaminen sekä vanhemmuuden jakaminen puolison kanssa. Internetin avulla käydään myös arkaluontoisempia keskusteluja, joista on vaikea keskustella kasvotusten. Kirjoittaminen keskustelupalstoille on myös sosiaalista kanssakäymistä, joka vähentää yksinäisyyttä. Keskustelupalstojen avulla voi löytää uusia ystäviä. (Liinamaa 2004, 5.)

1.7 Mannerheimin Lastensuojeluliitto vertaistuen mahdollistajana

Suomen suurin lastensuojelujärjestö Mannerheimin Lastensuojeluliitto (MLL) toimii lasten, nuorten ja lapsiperheiden oikeuksien ja etujen hyväksi. Liittoon kuuluu yli 92 000 jäsentä ja 567 paikallisyhdistystä. Paikallisyhdistysten toimintaa tukee 13 piirijärjestöä. MLL:n toiminta perustuu vapaaehtoistoimintaan ja sen keskeinen tehtävä on vaikuttaminen lapsen parhaaksi. MLL:n mukaan lapsella on oikeus hyvään ja onnelliseen lapsuuteen. MLL pyrkii edistämään lasten, nuorten ja lapsiperheiden hyvinvointia tarjoamalla vertaistukea ja luomalla osallistumismahdollisuuksia eri elämäntilanteissa. (MLL. Tietoa MLL:stä.)

Yksi MLL:n lapsiperheiden hyvinvointia edistävä ja vertaistukea tarjoava muoto on perhekahvilatoiminta. Suomessa on yli 400 MLL:n perhekahvilaa, jotka toimivat suurimmaksi osaksi vapaaehtoisvoimin. Perhekahvilat käynnistävät toimintansa vanhempien aloitteesta. Perhekahviloiden tarkoitus on tarjota avoin kohtaamispaikka lapsiperheille, jossa vanhemmat voivat tutustua uusiin samassa elämäntilanteessa oleviin perheisiin. (MLL. Perheille. Perhekahvilat.)

Perhekahviloissa vanhemmilla on mahdollisuus saada tukea, tietoa ja toimintamahdollisuuksia, sekä lapsilla sosiaalisia kontakteja. Toisinaan perhekahviloissa on myös järjestettyä toimintaa ja asiantuntijoita alustamassa keskustelua. Perhekahvilat voivat toimia neuvoloissa, kerhotoissa, päiväkodeissa tai leikkipuistoissa ja ne ovat avoinna kerran viikossa pääosin aamupäivisin 1-2 tuntia kerrallaan. (MLL. Perheille. Perhekahvilat.)

1.7.1 MLL:n perhekahvilatoiminta Kainuussa

Kainuussa MLL Kainuun Piirin perhekahviloita on 13, joista seitsemän sijaitsee eripuolilla Kajaania. Loput ovat Hyrynsalmella, Kuhmossa, Paltamossa, Puolangalla, Sotkamossa ja Vaalassa. Perhekahviloita ylläpitävät pääasiassa MLL:n yhdistykset ympäri Kainuuta ja ne tekevät yhteistyötä useiden eri järjestöjen kanssa perhekahviloiden toiminnan takaamiseksi. Perhekahvilat on tarkoitettu kaikille ja kaikenikäisille lapsiperheille. (MLL Kainuun Piiri ry. Toiminta. Perhekahvilat.) Kajaanissa on kaksi rajattua perhekahvilaa. Näppi on nuorille äideille ja heidän lapsilleen tarkoitettu perhekahvila. MamaTree Café on miehet pois sulkeva monikulttuurinen kohtaamispaikka naisille, äideille ja lapsille. (MLL Kainuun Piiri ry. Toiminta. Perhekahvila.)

Kainuun Piiri on vuonna 1950 perustettu kansalaisjärjestö, joka tähtää Kainuun nuorten ja lapsiperheiden perusturvallisuuden ja hyvinvoinnin lisäämiseen. Kainuun Piiriin kuuluu 14 paikallisyhdistystä, joissa jäseniä on vuosittain noin 2000. (MLL Kainuun piiri ry. Etusivu.) Yksi Kainuun Piirin paikallisyhdistyksistä on Kajaanin Paikallisyhdistys, joka rahoittaa nuorten äitien perhekahvila Näppiä (MLL Kajaanin Paikallisyhdistys ry. Ajankohtaista).

1.7.2 Nuorten äitien perhekahvila Näppi

Näppi eli nuorten äitien perhekahvila perustettiin erään nuoren 17-vuotiaan äidin aloitteesta vuonna 2004. Tällöin se määriteltiin kohtaamispaikaksi nuorille, alle 25-vuotiaille äideille ja heidän lapsilleen. Nuori äiti oli kokenut, että tavallisissa kaikille avoimissa perhekahviloissa hän oli ulkopuolinen ikänsä vuoksi ja hän halusi kohtaamispaikan erityisesti nuorille äideille. (Eskelinen 22.2.2010.)

Syksyllä 2009 toiminta oli hiipumassa ja Näpin lopettamistakin mietittiin. Toiminnasta tehtiin lehtijuttu Kajaanin paikallislehti Koti-Kajaaniin, jolla pyrittiin tekemään Näppiä

tunnetummaksi nuorten äitien keskuudessa. Samalla Näpin ikäraja poistettiin ja Näpistä tuli perhekahvila kaikille itsensä nuoreksi tunteville äideille ja heidän lapsilleen. Syksystä 2009 kevääseen 2010 Näpissä käyneiden äitien ikähaitari oli 17–30 vuotta. (Eskelinen 22.2.2010.) Samalla kävijäennätykset rikottiin, sillä syksystä 2009 kevääseen 2010 Näpissä on vierailut 400 kävijää, kun edellisvuonna kävijöitä oli 176 (Näpin vieraskirja).

Näpin tavoitteena on mahdollistaa vertaisten kohtaaminen ja vanhemmuuden tukeminen. Näppiin tullaan virkistymään, vaihtamaan kuulumisia ja toimimaan yhdessä. Perhekahvilaan ei tarvitse ilmoittautua etukäteen. Näpissä lapset löytävät leikkiseuraa ja äidit juttuseuraa. Osallistujat voivat vaikuttaa itse siihen, mitä ohjelmaa Näpissä järjestetään. Näppiä ohjaa vapaaehtoinen vetäjä. Kajaanin Paikallisyhdistys tarjosi tilat toiminnalle vuoteen 2009 asti, mutta suurien kävijämäärien vuoksi tammikuussa 2010 Näppi muutti Kajaanin Kaupungin tarjoamiin isompiin tiloihin Wanhalle Vesilaitokselle. Kajaanin Paikallisyhdistys jatkoi Näpin rahoittamista. (Eskelinen 22.2.2010.)

Näpissä oli syksystä 2009 kevääseen 2010 käynyt vierailijoina kestovaippaesittelijä, lapsisanataiteilija ja PartyLiten edustaja. Näppiläisten pyynnöstä syksyllä järjestettiin ryhmävalokuvaus Kuvakeskus Hynnille, sekä pikkujoulut ja kevätkauden lopettajaiset. Pääosin Näpissä oli vapaata keskustelua äitien pyynnöstä. (Näpin vieraskirja.)

2 TUTKIMUKSEN TEHTÄVÄ JA TOTEUTUS

Tutkimuksessa selvitettiin nuorten äitien tarpeita ja millaisiin tarpeisiin Näppi nuorten äitien perhekahvila vastaa. Selvitimme miksi äidit valitsevat Näpin tavallisten, kaikille avoimien perhekahviloiden sijaan, sekä pyysimme äideiltä kehitysehdotuksia Näpin toiminnasta. Tutkimus tehtiin sosiaalisen tuen, vertaistuen ja Maslow'n motivaatioteorian kautta tutkittuna ja tulkittuna.

Tutkimuksesta saadun tiedon avulla MLL Kainuun piiri saa tietoa siitä kuinka Näpin toiminta ja äitien tarpeet kohtaavat. Kehitysehdotusten pohjalta Näpin toimintaa voidaan muokata paremmin nuorten äitien tarpeita vastaavammaksi. Näin luodaan mahdollisuus vertaistuelle ja nuoren äidin vahvistamiselle. MLL Kainuun Piiri voi hyödyntää tutkimustietoa myös muidenkin perhekahviloiden kohdalla. Tutkimuksen tavoitteena on tukea MLL:n perhekahvilatyön kehittämistä.

Tutkimuskysymykset:

*Mitkä ovat nuorten äitien tarpeet ja kuinka Näpin toiminta vastaa niihin?

*Miksi äidit valitsevat Näpin tavallisten, kaikille avoimien perhekahviloiden sijaan?

*Kuinka Näpin toimintaa voitaisiin kehittää paremmin äitien tarpeita vastaavammaksi?

2.1 Tutkimuksen kohderyhmä

Tutkimuksen kohteena olivat Näpissä käyneet nuoret äidit. Nuorisolain (L 2006/72) 2. §:n mukaan nuorella tarkoitetaan alle 29-vuotiasta, joten käytimme tätä rajausta valitessamme haastateltavia äitejä. Näpissä syksystä 2009 kevääseen 2010 käyneiden äitien ikähaitari oli 17–30-vuotta.

Haastattelimme seitsemää 21–25-vuotiasta äitiä. Äideistä noin puolella oli kaksi lasta ja puolella yksi lapsi. Äidit olivat kotona, eivätkä käyneet töissä tai koulussa. Äideillä oli toisen asteen koulutus ja he asuivat yhdessä puolisonsa ja lastensa kanssa. Suurin osa äideistä oli muuttanut Kajaaniin toiselta paikkakunnalta. Äidit olivat saaneet ensimmäisen lapsensa 18–24-vuotiaina.

2.2 Tutkimuksen toteutus

Valitsimme laadullisen tutkimuksen tutkimusmenetelmäksi, sillä koimme saavamme siten parhaiten kokemuksellista tietoa nuorten äitien tarpeista ja Näpin toiminnan vastaamisesta näihin tarpeisiin. Laadullinen tutkimus kuvaa todellista elämää, se tutkii kohdetta kokonaisvaltaisesti ja arvolähtökohdat muistaen. Aineiston hankinnassa suositaan metodeja, joissa haastateltavien näkökulmat pääsevät esille. Aineisto kerätään haastateltavalle luonnollisessa tilanteessa ja paikassa. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 157,160.)

Haastattelut suoritimme teemahaastatteluina eli puolistrukturoituina haastatteluina, joissa edetään teemoittain ja keskeisenä asiana ovat ihmisten omat tulkinnat tutkittavasta asiasta. Haastateltavat ovat oman elämänsä asiantuntijoita. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 77–78.) Jokainen kokee asiat eri tavalla, joten pyrimme saamaan äitien yksilöllisiä kokemuksia ja ajatuksia omista tarpeistaan Näpin toimintaa kohtaan.

Teemahaastattelut etenevät etukäteen valittujen teemojen mukaan, joissa tarkentavia ja selventäviä kysymyksiä on helppo esittää. Teemat perustuvat viitekehykseen eli siihen, mitä aiheesta etukäteen tiedetään. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 75–78.) Valitsimme teemahaastattelun haastattelumuodoksi etenkin sen joustavuuden vuoksi, sillä koimme tärkeäksi ottaa teemoja esille haastattelun luonnollisen kulun mukaan. Tarkoituksena oli saada kaikilta haastateltavilta tarvittavat vastaukset, jotta saimme tutkimuskysymykseen vastaavaa tietoa.

2.3 Tutkimusaineiston keruu

Näpin äitien motivointi haastateltaviksi oli aloitettu tammikuussa 2010, jolloin ohjaaja oli kertonut opinnäytetyöstä ja tulevista haastatteluista, sekä opinnäytetyön tarkoituksesta. Äitien vastaanotto tulevalle opinnäytetyölle oli monitulkintaista ja myös hieman kielteistä, vaikka avoimella keskustelulla tilanteeseen liittyviä epäilyjä koitettiin hälventää. Äideille kerrottiin, että haastattelut tehdään huhti-toukokuussa. Näin äideillä oli aikaa totutella ajatukseen.

Olimme testanneet teemahaastattelurunkoa yhdellä aiemmin Näpissä käyneellä äidillä, joka on nykyään työelämässä. Harjoitushaastattelun tekeminen oli tarpeellinen kokemus. Sen jälkeen pyysimme haastateltavalta palautetta haastattelurungon toimi-

vuudesta, kysymysten muotoilusta ja meistä haastattelijoina. Palautteen pohjalta saimme muokattua haastattelurungosta toimivamman kokonaisuuden (Liite 1). Muokauksen jälkeen aloitimme kohderyhmämme haastattelut.

Haastattelupäivät olivat 22.4.2010 ja 29.4.2010 Näpin aukioloaikana. Olimme sopineet toimeksiantajan kanssa, että hän tiedottaa tekstiviestillä äideille haastattelupäivistä. Kommunikaatio toimeksiantajan ja äitien välillä kuitenkin epäonnistui, joten mennessämme tekemään haastatteluita äidit eivät olleet etukäteen tietoisia haastatteluiden ajankohdasta. Kerroimme äideille haastattelujen teemoista, käyttötarkoituksesta ja opinnäytetyön tarkoituksesta haastatteluiden alussa.

Olimme varanneet kolme haastattelukertaa, mutta totesimme kahden haastattelukerran jälkeen aineiston riittävän. Haastatteluiden edetessä huomasimme aineiston toistavan itseään, joten lopetimme haastattelut seitsemännen haastateltavan jälkeen. Kun tutkija huomaa, ettei aineistossa nouse esiin enää uusia asioita haastattelut voidaan lopettaa ja voidaan puhua kylläntymisestä eli saturaatiosta (Eskola & Suoranta 2005, 62).

Haastattelut kestivät noin puoli tuntia haastateltavaa kohden. Kirjoitimme molemmat tarkasti muistiinpanoja haastatteluiden ajan ja haastatteluiden jälkeen. Nauhuria emme käyttäneet, sillä ohjaajana toimineen haastattelijan kokemuksen mukaan ryhmäläiset eivät olisi suhtautuneet haastatteluiden nauhoittamiseen positiivisesti. Se olisi voinut vaikuttaa tulosten luotettavuuteen sekä haastateltavien osallistuvuuteen.

Kirjasimme jokaisen haastattelun jälkeen omat havaintomme siitä, vaikuttiko ohjaajana toimineen haastattelijan rooli myönteisesti, kielteisesti vai oliko sillä merkitystä. Tämän jälkeen vertailimme muistiinpanojamme sekä keskustelimme tilanteista haastattelussa, jossa vaikutus on mahdollisesti näkynyt. Tällä pyrimme varmistamaan tutkimuksemme luotettavuutta.

Molemmilla kerroilla äitejä oli yhdeksän. Ensimmäisellä kerralla kerkesimme haastatella neljää äitiä ja toisella kerralla kolmea äitiä. Molemmilla kerroilla pyysimme äitejä haastatteluihin sattumanvaraisessa järjestyksessä. Kukaan äideistä ei kieltäytynyt haastatteluun osallistumista.

2.4 Aineiston analysointi

Toukokuussa haastattelut olivat tehty ja aloitimme aineiston analysoinnin. Milesin ja Hubermanin (1984) kolmivaiheisen aineistolähtöisen laadullisen eli induktiivisen aineiston sisällönanalyysiprosessiin sisältyy aineiston pelkistäminen eli redusointi, ryhmittely eli klusterointi ja käsitteellistäminen eli abstrahointi (Tuomi & Sarajärvi 2003, 110, 115). Sisällönanalyysissä etenimme empiirisestä aineistosta kohti käsitteellisempää näkemystä nuorten äitien tarpeista ja Näpin vastaamisesta näihin tarpeisiin.

Aloitimme sisällönanalyysin redusoimalla eli pelkistämällä aineiston, jossa haastatteleaineistosta rajasimme ja poimimme tutkimusongelmalle olennaisen tiedon, sekä poistimme tutkimuksen kannalta epäolennaisen asiasisällön. Tällä pyrimme tiivistämään haastatteluista saatua informaatiota. Poimimme aineistosta olennaiset alkuperäisilmaukset, jonka jälkeen teimme taulukon, johon merkitsimme alkuperäisilmaukset ja pelkistetyt ilmaukset. Tämän jälkeen aineiston ryhmittelyssä eli klusteroinnissa kävimme läpi aineiston pelkistetyt ilmaukset joista etsimme samankaltaisuuksia kuvaavia käsitteitä. (vrt. Tuomi & Sarajärvi 2002, 110–113.)

Havaintojen pelkistäminen voidaan jakaa kahteen osaan, jossa ensimmäisessä vaiheessa aineistosta ollaan kiinnostuneita tarkastelemaan teoreettisen viitekehyksen kannalta oleellista tietoa. Samassa tutkimuksessa aineistoa voidaan kuitenkin tarkastella useista eri näkökulmista. Pelkistämisen avulla aineisto saadaan suppeammaksi ja sitä on helpompi käsitellä. Eri havainnoista haetaan yhteisiä piirteitä tai nimittäjiä, sekä luodaan sääntö, jonka pohjalta luokittelu on tehtävissä kyseiseen aineistoon. (Alasuutari 1999, 40–43.)

Havaintojen yhdistämisen lähtökohtana on ajatus, että aineisto koostuu näytteistä, jotka ovat samasta ilmiöstä. Aineistosta haetaan kuitenkin samankaltaisuuden lisäksi eroavaisuuksia ja eroavaisuudet suhteutetaan kokonaisuuteen. Laadullisessa tutkimuksessa yksittäisellä eroavalla vastauksellakin on merkitystä ja tutkittavaa asiaa tulee miettiä uudelleen. Jokainen ihminen on ainutlaatuinen ja eroavaisuudet auttavat meitä selvittämään syitä eroavaisuuksiin. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa voidaan yhdistellä vain samantapaisia havaintoja keskenään. Analyysivaiheessa erottelua tulee kuitenkin tehdä varoen, koska jos erotteluita tehdään paljon, on vaikeaa löytää poikkeuksetonta sääntöä yhdistämään eroavaisuuksia. (Alasuutari 1999, 40–43.)

Haastattellessamme äitejä huomasimme selkeän kahtiajaon tukiverkostoissa, joissa neljä äitiä koki tukiverkostonsa hyväksi ja kolme äitiä heikoksi. Tämän koimme niin merkittäväksi tekijäksi, että päätimme tehdä kaksi analyysiä, joista toisessa oli äidit jotka kokivat tukiverkostonsa hyväksi ja toisessa ne, jotka kokivat tukiverkostonsa heikoksi. Tarkoituksenamme oli vertailla lopuksi näitä kahta ryhmää keskenään, jotta nähdään eroavatko vastaukset tutkimuskysymykseen sen mukaan kokeeko äiti tukiverkostonsa hyväksi vai heikoksi.

Laadulliseen tutkimukseen kuuluu, että tuotettujen tietojen pohjalta tehdään merkitystulkintaa tutkittavasta ilmiöstä. Tutkimuskysymykseen ratkaisemiseksi tutkija voi käyttää alkuperäisilmauksia vihjeenä tutkimuskysymyksen ratkaisemiseksi. (Alasuutari 1999, 46.)

Luokittelimme samaa asiaa tarkoittavat käsitteet ryhmiinsä sekä nimesimme ne luokan sisältöä kuvaavalla käsitteellä, jonka jälkeen ryhmittelimme ilmaukset alaluokiksi. Abstrahointivaiheessa eli käsitteellistämisvaiheessa muodostimme teoreettisia käsitteitä olennaisten, valikoitujen alkuperäisinformaatioiden perusteella. Tämä tarkoittaa empiirisen aineiston liittämistä teoreettisiin käsitteisiin. Pelkistimme edelleen alaluokat yhteistä asiaa kuvaavalla käsitteellä ja pelkistykset merkitsimme yläluokkaan. Yläluokat yhdistämällä muodostui yhdistävä luokka, joka vastasi tutkimuskysymykseemme. (Tuomi & Sarajärvi 2003, 110–115.)

2.5 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Laadullisessa tutkimuksessa luotettavuutta ilmaistaan tutkijan subjektiviteetilla. Tutkija on siis tutkimuksensa pääasiallinen luotettavuuden kriteeri ja luotettavuuden arviointi koskee koko tutkimusprosessia alusta loppuun asti. (Eskola & Suoranta 2005, 210.) Luotettavuuden arviointiimme vaikutti omien mielipiteidemme tiedostaminen ja niiden poisjättö haastattelutilanteessa. Pyrimme olemaan ilmaisematta ajatuksiamme sanoin, ilmein tai elein. Tutkimuksen luotettavuutta nosti haastateltavien vapaaehtoinen osallistuminen ja anonymiteetti. Haastattelumateriaalit tuhosimme tutkimuksen valmistuttua.

Haastatteluissa emme käyttäneet nauhuria. Toinen haastattelijoista on toiminut Näpin ohjaajana syksystä 2009 kevääseen 2010, joten haastateltavat olivat ohjaajalle tuttuja. Ohjaajalla oli kehittynyt vuoden aikana tuntemus ryhmästä ja hänen kokemuksen

ja haastatteluiden ennakkomotivoinnista tulleiden havaintojen perusteella haastatteluja ei olisi saatu montaa tai ollenkaan, mikäli nauhuria olisi käytetty haastattelutilanteessa.

Pohdimme pitkään etukäteen haastattelutilannetta ja mietimme aluksi, että vain toinen meistä olisi ollut haastattelijana. Kuitenkin mikäli haastatteliijoita olisi ollut yksi, olisi nauhuri ollut välttämätön käytännön syistä ja uskoimme tämän vähentävän haastateltavien määrää. Eettisyyteen olisi vaikuttanut myös se, että ohjaajana toiminut tutkija olisi kuullut nauhat joka tapauksessa. Lisäksi totesimme, että kysymykset eivät ole kuitenkaan niin arkaluontoisia, että haastateltavat eivät haluaisi keskustella niistä ohjaajan läsnä ollessa. Tulimme tulokseen, että haastattelemalla yhdessä ilman nauhuria saadaksemme mahdollisemman monta osallistujaa. Kahden haastattelijan muistiinpanot ja havainnot tukivat luotettavuutta.

Ennen haastatteluiden alkua kertosimme haastateltaville yksilöllisesti tutkimuksen tarkoituksen, käyttötavan, anonymiteetin ja luotettavuuden. Avasimme haastateltaville tutkimuksemme teemoja ja käyttämiämme termejä. Näin varmistimme sen, että sekä haastateltavat ja haastattelijat keskustelivat samasta asiasta. Teimme myös tarkentavia kysymyksiä, joilla varmistimme sen että ymmärsimme toisiamme oikein.

Suurimmalla osalla äideistä lapset olivat mukana haastattelutilanteessa. Tarjosimme äideille mahdollisuuden itse valita ottavatko he lapsen mukaan haastattelutilanteeseen vai jättävätkö he lapsensa toisten äitien valvottavaksi. Haastattelut järjestimme yläkerrassa rauhallisessa tilassa, jossa keskustelu ei kuulunut muille. Äideille annettiin mahdollisuus ottaa lapselle leluja mukaan haastattelutilaan, mutta kaikki lapset eivät viihtyneet tilassa ja koimme sen vaikuttaneen äitien keskittymiskykyyn luotettavuutta heikentävästi.

Jokaisen haastattelun jälkeen vertailimme kirjaamiamme kommentteja sekä sitä, vaikuttiko toisen haastattelijan ohjaajan rooli ja kuinka se vaikutti jos vaikutti. Totesimme, että haastattelevan ohjaajan rooli ei vaikuttanut muuten, kuin positiivisesti muutamassa tapauksessa. Haastateltavien oli helppo puhua tutulle henkilölle kokemuksestaan. Negatiivista vaikutusta ei välittynyt haastateltavien sanoista, ilmeistä, eleistä tai asenteista.

3 TUTKIMUSTULOKSET

3.1 Näpissä käyvien äitien tarpeet

Tulkitsimme äitien vastauksia ja löysimme yhtenäisyyksiä äitien tarpeissa sosiaali- seen tukeen, vertaistukeen ja Maslow'n motivaatioteoriaan ja teimme tulkintaa siitä, mihin tarpeisiin Näpin toiminta vastaa. Äitien tarpeet luokittelimme Maslow'n tarve- hierarkiassa fysiologisiin tarpeisiin kuten omien lasten hoivaamisen tarve, turvallisuu- den tarpeisiin kuten vakaaseen taloudelliseen tilanteeseen ja perhe-elämään, liittymi- sen tarpeisiin kuten vuorovaikutukseen, vertaistukeen ja yhteisöllisyyteen sekä arvos- tuksen tarpeisiin kuten sosiaaliseen asemaan ja omaan suoriutumiseen äitinä. Ha- lusimme kuvata nuorten äitien tarpeiden moninaisuutta Maslow'n teorian kautta ja kuinka Näpin toiminta vastaa monitasoisiin tarpeisiin.

Kysyimme haastatteluissa äitien tarpeista, siitä miten heidän tarpeensa ovat muuttu- neet äitiyden myötä ja mitä äidit tarvitsevat jaksakseen lapsen kanssa arjessa. Äi- tien tarpeet olivat samankaltaisia kaikilla vastaajilla. Fysiologisista tarpeista äidit koki- vat tärkeäksi liikunnan ja lähes kaikki haastateltavat kertoivat käyvänsä vaunujen kanssa kävelyllä. Äidit kokivat tärkeäksi riittävän unensaannin ja osa äideistä kertoi vuorottelevansa miehensä kanssa yövalvomisia. Äidit kokivat, että lapsen syntymän jälkeen selkeä vuorokausirytmä on tärkeämpää kuin aikaisemmin. Fysiologisten tar- peiden täyttyminen on perusta äitien hyvinvoinnille.

Parisuhteessa tarvii toisenkin tuen että jaksaa

Puolisolta saatu tuki koettiin tärkeäksi. Lapsiperheissä äitien oma aika ja yhteisen ajan löytäminen miehen kanssa koettiin haasteelliseksi. Äidit pitivät tärkeänä lastenhoi- toapua, jotta miehen kanssa yhteinen aika mahdollistuisi. Osalla äideistä oli läheisiä ihmisiä, jotka auttoivat lastenhoidossa ja toisilla haastateltavilla tilanne oli toinen esi- merkiksi siitä syystä, että isovanhemmat asuivat eri paikkakunnalla.

Liittymisen tarpeisiin kuuluvat sosiaaliset tarpeet ja vertaistuki. Näihin tarpeisiin Näpin toiminta vastaa parhaiten. Äitien sosiaalisiin tarpeisiin kuului tarve olla kanssakäymi- sissä muiden ihmisten kanssa esimerkiksi Internetissä ja kerhoissa. Äidit kaipaivat myös suunniteltua toimintaa ja yhdessäoloa ystävien kanssa. Sosiaaliset kontaktit olivat muuttuneet lapsen syntymän jälkeen äideillä siten, että he kävivät paikoissa, joihin voi mennä lapsen kanssa. Tärkeäksi koettiin ystävät, joilla on samanikäisiä

lapsia. Osalla äideistä oli kavereita, joilla oli lapsia ja osa tapasi muita äitejä lähinnä Näpissä. Äidit pitivät myös tärkeänä, että lapset saavat samanikäistä leikkiseuraa.

Voidaan myös ajatella, että Näpin toiminta vastaa Maslow'n tarvehierarkiassa nuorten äitien arvostuksen tarpeisiin vahvistaen suoriutumista äitinä. Vaikka älylliset ja itsensä toteuttamisen tarpeet eivät käyneet selville äitien vastauksissa suoranaisesti, äitiyttä voidaan tämän päivän yhteiskunnassa pitää yhtenä itsensä toteuttamisen keinona, koska äitiys on paljon muutakin kuin omien lasten hoivaamista.

3.2 Sosiaalisten verkostojen merkitys äitien arjessa

Selvitimme äitien tukiverkostoa ja mahdollisuutta saada lastenhoitoapua tarvittaessa. Neljä vastaajaa koki tukiverkostonsa hyväksi ja lastenhoitoavun riittäväksi. Kolme vastaajaa taas koki tukiverkostonsa heikoksi ja lastenhoitoavun saatavuuden riittämättömäksi. Kukaan haastateltavista ei kuvaillut tukiverkostoaan esimerkiksi keskinertaiseksi, joten sitä kautta pystyimme helposti jakamaan haastateltavat kahteen ryhmään.

Maslow'n tarvehierarkiassa liittymisen tarpeisiin sisältyy tarve vuorovaikutukseen, vertaistukeen, yhteisöllisyyteen ja yhteenkuuluvuuteen. Huomasimme tukiverkostonsa hyväksi kokevien äitien toteuttavan liittymisen tarpeitaan. Tukiverkostonsa heikoksi kokevilla äideillä liittymisen tarpeet olivat osittain tyydyttymättä. Haastatteluidemme perusteella huomasimme että äidit, jotka kokivat tukiverkostonsa hyväksi, kykenivät paremmin hyödyntämään Näpin tarjoamaa vertaistukea ja yhteisöllisyyttä pitämällä yhteyttä toisiinsa toiminnan ulkopuolella.

Tukiverkostonsa hyväksi kokevat äidit toivat esille sen, että päivisin on usein suunniteltua toimintaa kodin ulkopuolella. Tärkeänä nähtiin vierailut ystäväperheiden luona, jotta äidit ja lapset saisivat sosiaalista kanssakäymistä. Osa äideistä koki, että lapsen tulon jälkeen ystäväpiiri muodostuu enemmän lapsiperheistä. Omaa aikaa ja puolison kanssa vietettyä yhteistä aikaa on vähemmän, mutta äidit kokivat sen riittäväksi. Puolella äideistä isovanhemmat asuivat eri paikkakunnilla, mutta sukulaiset, ystävät ja kummit ovat suureksi avuksi ja muodostivat hyvän tukiverkoston perheille.

Äidit joiden tukiverkosto oli heikompi tulivat Näppiin sosiaalisten kontaktien vuoksi. Kerhot olivat hyvin tärkeitä sosiaalistajia äideille. Nämä äidit toivat esille sen, että

isovanhemmat asuvat eri paikkakunnilla ja lastenhoitoapua on hankala saada. Äidit myös kokivat, ettei heillä ole sellaisia ystäviä joiden hoitoon lapsen voisi jättää. Esille nousi myös se, että maksulliset lastenvahtipalvelut ovat liian hintavia perheen budjettille. Äidit nimesivät toimivan parisuhteen edellytykseksi jaksamiselle ja kaksi kolmesta äidistä kaipasi kahdenkeskeistä aikaa puolison kanssa enemmän. Ulkoilu ja riittävä unensaanti koettiin myös tärkeäksi. Esille tuli myös se, että lapsen tulon jälkeen on tullut selkeä päivärytmi ja omien menojen kanssa on joutunut joustamaan.

Oishan se näppärä kun olis Kajaanissa apua, jos tarvii esim lääkärissä käydä.

3.3 Näppi sosiaalisten kontaktien mahdollistajana

Tukiverkostonsa heikoksi kokevat äidit eivät tavanneet toisia Näpin kävijöitä muualla kuin Näpissä. He eivät myöskään usko pitävänsä yhteyttä toisiinsa mikäli Näppi loppuu tai äitiysloma päättyy. Halua kuitenkin oli tutustua uusiin äiteihin. Äidit kokivat omanikäisten äitien seuran merkittäväksi tekijäksi.

Ainoat äitikaverit tulee kerhosta.

Näpin yhteishenki koettiin hyväksi ja tunnelma rennoksi. Haastateltavat olisivat kaivanneet enemmän ohjattua toimintaa. Kaksi kolmesta haastateltavasta ei käynyt muissa perhekahviloissa, koska he kokivat hankalaksi keskustelemisen vanhempien äitien kanssa. Yksi vastaajista kävi myös toisessa perhekahvilassa ja hän oli tyytyväinen kyseiseen perhekahvilaan muuten, mutta perhekahvila oli liian aikaisin. Hän myös koki, että muut äidit olivat iältään vanhempia eikä yhteisiä puheenaiheita löydy yhtä helposti kuin Näpin äitien kanssa.

Ihan sitä odottaa, että torstaina lähetään Näppiin.

Tukiverkostonsa hyväksi kokevat äidit kertoivat saavansa Näpistä sosiaalisia kontakteja ja lapsille leikkiseuraa. Näppiä myös odotettiin, koska se koettiin mielekkääksi ja tärkeäksi. Nämä äidit olivat solmineet ystävyysuhteita toisten äitien kanssa ja Näppi toimi heille kohtaamispaikkana. Äidit olivat myös tekemissä keskenään Näpin ulkopuolellakin. He kokivat tärkeäksi, että Näpissä tutustui uusiin samassa elämäntilanteessa oleviin äiteihin. Osa äideistä toi ilmi, että Näppi kuului heidän viikko-ohjelmaansa.

Kolme neljästä hyväksi tukiverkostonsa kokevasta äidistä uskoi pitävänsä yhteyttä toisiin äiteihin jatkossakin, mikäli Näpin toiminta loppuu tai kun äitiysloma päättyy. Haastateltavat olivat pääasiassa tyytyväisiä Näpin toimintaan. Kolme neljästä haastateltavasta ei kaivannut enempää ohjattua toimintaa, koska he halusivat myös vapaata yhdessäoloa toisten kävijöiden kanssa. Heistä kukaan ei käynyt muissa perhekahviloissa. Syyksi he sanoivat huonon ajankohdan, liian pitkän matkan ja sen, että muissa perhekahviloissa äidit ovat iältään heitä itseään vanhempia.

3.4 Kehitysehdotukset Näpin toiminnalle

Kysyimme äideiltä kuinka tyytyväisiä he olivat Näpin toimintaan ja kuinka sitä voisi kehittää niin, että se vastaisi paremmin äitien tarpeisiin. Äidit kokivat uudet tilat hyväksi ja Näpin aukioloajan sopivaksi. Tarjoiluiden valikoimasta ja hinnan pienuudesta tuli myös kiitosta. Äideiltä tuli ehdotuksia, että kerran kuussa voisi olla pelkästään naisille järjestettyä toimintaa ilman lapsia ja ajanmuutosta klo 10–12 lapsien päiväunien vuoksi.

Toimintaan toivottiin mukaan enemmän isojen lapsien vanhempia ja lapsia, sekä toimintaa isommille lapsille. Toisaalta äidit toivat myös ilmi, että on hyvä kun toimintaa ei ole läheskään joka kerralla, koska lapset eivät jaksakaan keskittyä. Toiveissa oli myös innostunut vetäjä, joka vetää toimintaa joka viikko. Ehdotuksista nousi myös, että Näppi voisi olla auki myös kesäisin.

Haastateltavat olivat kuulleet Näpistä kavereilta, paikallislehti Koti-Kajaanista ja neuvolan ilmoitustaululta. Kysyimme äideiltä mikä sai heidät osallistumaan Näpin toimintaan ja jatkamaan Näpissä käymistä. Äidit kertoivat, että he odottivat löytävänsä uusia, samanikäisiä kavereita, jotka ovat samassa elämäntilanteessa. Näpistä haettiin juttuseuraa. Äidit kokivat, että Näpissä saa olla oma itsensä. Lapsille toivottiin löytävän kavereita. Yhteishenki koettiin tiiviiksi ja tunnelma hyväksi.

3.5 Johtopäätökset

Haastatteluiden ja niistä saamiemme tulosten pohjalta voisi yhteenvedona sanoa, että haastattelemamme äidit kokivat Näpin ryhmän mielekkääksi siitä syystä, että ryhmä-

läisillä oli hyvin samankaltainen tausta iän, koulutustason ja elämäntilanteen mukaan. Nämä edellä mainitut asiat edesauttavat vertaistuen mahdollistumista. Merkittävämmäksi tekijäksi siihen miksi äidit valitsivat Näpin kaikille avoimen perhekahvilan sijaan osoittautui se, että äidit kokivat vaikeaksi keskustelut vanhempien äitien kanssa.

Saimme tutkimuksellamme lisää tietoa Näpissä käyvien nuorten äitien kokemuksista ja tarpeista Näpin toimintaa kohtaan. Kotiäideillä voi olla hyvin yksinäistä, mikäli he ovat päivät kotona lastensa kanssa ilman toisten aikuista juttuseuraa. Vanhemmuuteen liittyvistä asioista on myös hyvä saada puhua toisten äitien kanssa. Arkipäiväisten keskustelujen avulla voi huomata, että toiset äidit ovat kokeneet samankaltaisia vanhemmuuteen tai kasvatukseen liittyviä tilanteita. Näin vertaistuen periaate pääsee toteutumaan. Äidit kokivat ilmapiirin Näpissä rennoksi ja keskustelut toisten äitien kanssa tarpeellisiksi.

Hyvällä tukiverkostolla on tärkeä merkitys äitien jaksamisen kannalta. Tukiverkoston merkitys pienten lasten äideille tuli esille haastatteluissamme lähinnä lastenhoitoavun saatavuuden vaikeudessa. MLL voisi mahdollisesti kehittää jotain uudenlaisia lastenhoitopalveluita Kajaaniin, jotka vastaisivat äitien tarpeisiin paremmin, kuten esimerkiksi yökylätoimintaa. Äidit kertoivat haastatteluissa yhteisen ajan puolisonsa kanssa olevan vähäistä. Yökylätoiminta tukisi äitien jaksamista tarjoamalla lastenhoitoapua yön yli.

Näppi ei voi tyydyttää kaikkia äitien tarpeita, mutta tulkitsemme sen merkityksen olevan nimenomaan vertaistuen ja sosiaalisen kanssakäymisen mahdollistaminen äideille. Äideille oli erittäin tärkeää, että heillä on viikolla jotain suunniteltua tekemistä ja syy lähteä jonnekin.

Tutkimuksemme tuloksissa nousi esiin kehittämisehdotuksena Näpin ajanmuutos aamupäivään. Osa äideistä koki, että nykyinen kellonaika ei sovi yhteen heidän lastensa vuorokausirytmin kanssa. Lasten päiväuniajat vaihtelevat yksilöllisesti ja kehitysvaiheesta riippuen. Aika on sopiva yleisesti vauvaperheen rytmiin ja varsinkin ensimmäisen lapsen kanssa vertaistuen saaminen jo vauva-aikana on tärkeää sosiaalisten verkostojen luomiselle. Lapsen kasvaessa myös päiväuniajat muuttuvat, joten perhekahviloiden aukioloajat eivät voi vastata kaikkien perheiden tarpeisiin.

Perhekahvilassa käyvät äidit ovat yleensä äitiyslomalla tai kotihoidontuella olevia. Perhekahvilat ovat auki arkena päiväsaikaan, joten perhekahvilan kävijät eivät yleen-

sä käy töissä tai koulussa. Perhekahvilat kuuluvat pääosin tiettyyn elämänvaiheeseen, jolloin perhekahvilasta haetaan samankaltaisessa elämäntilanteessa olevaa juttuseuraa ja lapsille leikkikavereita. Töihin paluun jälkeen sosiaaliset suhteet ja vapaa-ajan käyttötavat voivat muuttua.

POHDINTA

Tutkimuksessamme perehdyimme perheisiin yhteiskunnallisesta näkökulmasta. Näemme tarpeelliseksi kolmannen sektorin tarjoamat palvelut lapsiperheille täydentämään julkisen sektorin tarjoamia palveluita. Perhekahvila ennaltaehkäisevänä toimintana lapsiperheiden arjen tukemisessa on kannattavaa yhteiskunnallisesta näkökulmasta katsottuna, koska se voimauttaa perheitä ja antaa heille positiivisia voimavaroja arjessa jaksamiseen. MLL:lla on mielestämme erittäin näkyvä ja positiivinen kuva perheiden tukijana yhteiskunnassamme.

Mielestämme yhteiskunnassa pitäisi kiinnittää enemmän huomiota äidin tarpeisiin ja jaksamiseen, sekä kehittää uusia tukimuotoja. Vanhempien jaksaminen vaikuttaa koko perheen hyvinvointiin. Opinnäytetyömme oli tarpeellinen, sillä sen avulla nostimme esille nuorien äitien tarpeita ja nuorille äideille suunnatun perhekahvilan merkitystä äitien arjessa. Mielestämme on hyvä, että perhekahviloita löytyy erilaisille kohderyhmille. Äitien voi olla helpompaa mennä perhekahvilaan, jossa tietää tapaavansa samankaltaisessa elämäntilanteessa olevia äitejä.

Halusimme saada tutkimukseemme kokonaisvaltaisen kuvan äitien tarpeista. Tutkimuksemme teoreettiseen viitekehykseen kuului sosiaalisen tuen ja vertaistuen lisäksi Maslow'n motivaatioteoria. Huomasimme kuitenkin tutkimuksen edetessä, että Maslow'n motivaatioteoria oli liian hierarkkinen tutkimukseemme ja tutkimustulosten luokittelu Maslow'n pohjalta ei palvellut tarkoitustaan. Koemme, että olisimme saaneet nostettua vastaukset paremmin esille jonkin muun teorian avulla. Teoria kuitenkin haastoi meidät miettimään mitä on äitiys tämän päivän yhteiskunnassa. Äitiyteen kuuluu nykypäivänä paljon muutakin, kuin omien lasten hoivaaminen. Teoria on peräisin 1940-luvulta, jolloin äitiyttä ei ole pidetty esimerkiksi itsensä toteuttamisen keinona, jota se mielestämme voi olla tänä päivänä. Työmme teoriapohjassa painotimme myös nuorta äitiyttä, sosiaalista tukea ja vertaistukea, ja koemme saaneemme avatua äitien antamia vastauksia paremmin esille näiden pohjalta.

Se ovatko yhteiskunnan tarjoamat tukimuodot riittäviä, riippuu siitä mistä näkökulmasta asiaa tarkastellaan. Äidit voivat kehittää itseään eri tavoin esimerkiksi koulutautumalla, mikä ei ole ollut mahdollista vielä 1940-luvulla Suomessa. Äitiys tuo uutta sisältöä elämään eikä sulje pois muita elämän aloja. Pienten lasten vanhemmat ovat kuitenkin vauva-aikana sidottuja lapsen hoitoon ja he tarvitsevat mahdollisuuden

omaan aikaan jaksakseen paremmin arjessa lapsensa kanssa. Tämä nousi hyvin vahvasti esille tutkimustuloksissamme.

Mielestämme äitiys on hyvin moninaista ja äitiyteen kuuluu omien lasten hoivaamisen lisäksi monia muita tärkeitä asioita, kuten varhainen vuorovaikutus lapsen kanssa. Äitiys tuo mukanaan paljon muutoksia naisen elämään ja muuttuvan elämäntilanteen seurauksena äidit usein kaipaavat keskustelu ja tukea toisilta äideiltä. Äidillä on tarve saada ja antaa rakkautta omalta lapseltaan ja puolisoltaan. Voidaan myös ajatella, että Näpin toiminta vastaa nuorten äitien arvostuksen tarpeisiin vahvistaen suoriutumista äitinä. Äitiys on tämän päivän yhteiskunnassa oma valinta ja lähdemme siitä ajattelun näkökulmasta tarkastelemaan asiaa, että jokainen vanhempi pyrkii olemaan paras mahdollinen äiti omalle lapselleen.

Lapsen syntymä vaikuttaa äidin elämään monin eri tavoin ja äidit kantavat vastuun esimerkiksi työn ja perhe-elämän yhteensovittamisesta. Puolisolta saama tuki ja apu ovat erittäin tärkeitä samoin kuin tukiverkostolta saama tuki. Ihmisillä on luonnostaan halu kuulua johonkin eli yhteenkuuluvuuden tarve. Näpin toiminta mahdollistaa sosiaalisia kontakteja ja vertaistukea toisilta äideiltä.

Haastattellessamme äitejä koimme, että lasten läsnäolo vaikutti heikentävästi äitien keskittymiskykyyn. Mietimme, että keskustelutilanne olisi voinut olla intensiivisempi ja äidit olisivat voineet täyspainoisemmin pohtia vastauksia esitettyihin kysymyksiin, mikäli lapset olisivat olleet jossain muualla haastattelun ajan. Teemahaastattelurungon kysymykset olisimme myös voineet miettiä avoimemmiksi. Alun perin tarkoituksenamme oli, että esitämme tarkentavia kysymyksiä sitä mukaa kun keskustelu etenee. Emme osanneet alun perin ennakoida, että esimerkiksi lapsen itku vaikuttaisi myös meidän keskittymiskykyymme haastattelijoina, jolloin kaikkia tarkentavia kysymyksiä emme saaneet esitettyä. Ideaalitilanteessa äiti olisi voinut jättää lapset hoitoon jollekin luotettavaksi kokemalleen ihmiselle haastattelun ajaksi.

Selvitimme haastatteluissa äitien perhetaustaa. Haastateltavista äideistä kaikki elivät parisuhteessa. Yksinhuoltajuus on tämän päivän yhteiskunnassa melko yleistä ja jäimmekin miettimään, että käykö Näpissä lainkaan yksinhuoltajia ja mikäli ei, niin käyvätkö he muissa perhekahviloissa? Valtaosa Näpissä vuonna 2009–2010 käyneistä äideistä on ollut 21–25-vuotiaita. Satunnaisesti siellä on käynyt muutama nuorempi ja vanhempi äiti. Pohdimme myös onko nuoremmilla äideillä korkeampi kynnys tulla Näppiin?

Suurin osa haastateltavista oli muuttanut Kajaaniin toiselta paikkakunnalta. Näpin merkitys näille äideille on varmasti suuri, koska uudella paikkakunnalla sosiaaliset verkostot eivät ole välttämättä kehittyneet vielä kovinkaan vahvaksi. Välimatkan pituus sukulaisten luokse on merkittävä tekijä lastenhoitoavun saamiseen. Sukulaiset voivat olla voimavarana ja tukiverkostona, mikäli välimatka ei ole liian suuri ja heitä on mahdollisuus tavata useasti. Toimivan tukiverkoston edellytyksiin vaikuttaa välimatkan lisäksi muutkin tekijät, mutta Kainuussa monet nuoret joutuvat muuttamaan Kajaaniin opiskeluiden tai työpaikkojen perässä, koska vastaavia mahdollisuuksia ei löydy pienemmistä kunnista riittävästi. Julkisten liikennevälineiden käyttö on myös haastavaa, koska niitä kulkee melko heikosti eri kuntien välillä.

Mietimme miksi Näpissä kävi niin vähän Kajaanista kotoisin olevia äitejä. Syynä voi olla esimerkiksi se, että heillä on ollut kotipaikkakunnallaan vahvempi tukiverkosto, johon kuuluu sukulaisia ja ystäviä enemmän, kuin toiselta paikkakunnalta tulleilla. Kotipaikkakunnallaan asuvat äidit ovat voineet rakentaa sosiaalisia verkostojaan lapsuudestaan lähtien. Toiselta paikkakunnalta muuttaneiden äitien on voinut olla vaikeampi aloittaa sosiaalisten verkostojen luominen kokonaan alusta uudella paikkakunnalla. Uskomme, että sillä on merkitystä missä elämänvaiheessa perhe on muuttanut uudelle paikkakunnalle. Se on myös merkittävää onko uudella paikkakunnalla ollut yhtään tuttua ennalta. Opiskelun tai työn kautta perheet voivat saada uusia ystäviä helpommin kuin perheet jotka muuttavat ilman siteitä.

Opinnäytetyöskentelyämme voi kuvata prosessiksi, johon on kuulunut eri vaiheita. Opimme opinnäytetyötä tehdessämme suunnittelemaan ja aikatauluttamaan työskentelyämme, sekä tekemään kompromisseja. Yhteistyömme onnistui hyvin opinnäytetyömme osalta koko prosessin ajan. Olemme tyytyväisiä siihen, että päätimme tehdä opinnäytetyömme yhdessä, koska meistä on ollut toisillemme apua ja tukea opinnäytetyön eri vaiheissa. Opinnäytetyön tekeminen on kasvattanut omaa ammatillisuuttamme ja opettanut pitkäjänteistä prosessimaista työskentelyä, josta varmasti jatkossa on hyötyä.

Olemme seuranneet opinnäytetyömme prosessin aikana kiinnostuneena, kuinka Näpin toiminnan jatkon käy. Näpin jatko on ollut pitkään vaakalaudalla, koska vapaaehtoista ja sitoutunutta ohjaajaa on ollut vaikeaa löytää. Pohdimme, että äitien voi olla vaikea sitoutua ohjaajana olemiseen sen vastuullisuuden vuoksi. Ohjaajan tulee olla paikalla joka kerta ja hoitaa kaupassakäynnit ja siivoukset. Pienen lapsen kanssa

nämä tehtävät voivat olla kuormittavampia. Mietimme että vastuun jakaminen äitien kesken voisi olla toimiva ratkaisu. Tällä tavalla yhden ihmisen ei tarvitsisi tehdä kaikkea joka kerta yksin, vaan äidit vuorottelisivat ohjausvastuuta ja kaupassa käyntiä.

Nuorelle äidille ohjaajana toimiminen voi olla haastavampaa kuin vanhemmalle äidille, koska nuori äiti varsinkin ensimmäisen lapsen kohdalla voi olla vielä epävarma, eikä hän välttämättä halua olla esillä ohjaajan roolissa. Nuoret äidit tulevat hakemaan itselleen ja omalle äitiydelleen tukea ja vahvistusta perhekahvilasta.

Näppi oli tauolla kesän 2010 ja se jatkoi toimintaansa syksyllä 2010 erään Näpissä käyvän äidin toimesta. Opinnäytetyömme valmistuttua keväällä 2011 Näpin toiminta oli jouduttu lopettamaan, koska ohjaajaa ei ollut saatu joka kerralle ja kävijämäärät olivat laskeneet. Ohjaajan poissaolo oli voinut vaikuttaa kävijämääriin, sillä äidit olivat saattaneet olla epävarmoja siitä, milloin Näppi on auki ja milloin ei. Epävarmuus Näpin aukiolosta oli voinut luoda myös turhautumista ja äidit olivat voineet siitä syystä jättää menemättä muinakin kertoina.

Toivomme, että toimeksiantajamme voi hyödyntää tutkimustamme jatkossa muidenkin perhekahviloiden toimintaa suunniteltaessa. Uskomme, että tutkimuksemme voi auttaa toimeksiantajaamme huomioimaan nuorten äitien tarpeita paremmin. Nuorten äitien tarpeiden huomioiminen voi saada nuoria äitejä osallistumaan tavalliseenkin perhekahvilatoimintaan. Mielestämme kuitenkin Näpin kaltainen perhekahvila tarvitaan Kajaaniin ja toivomme, että Näppiä markkinoitaisiin uudelleen jotta toiminta saisi jatkoa.

Hyvä opinnäytetyön aihe Näppiin voisi olla toiminnallisena opinnäytetyönä tehtävä toimintakansio, joka helpottaisi toiminnan ohjaamista. Toimintakansioon voisi kerätä tarpeellisia yhteystietoja ja ohjeita ryhmän ohjaamiseen, sekä vinkkejä äiti-lapsitoimintaan. Ohjaajan ei välttämättä tarvitse olla perhekahvilassa käyvä äiti, joten toimintaa voisi mainostaa myös kouluille. Opiskelijat voisivat mahdollisesti opintoihinsa liittyen suunnitella ja toteuttaa ohjelmaa Näppiin. Haastattelemamme äidit pitivät tärkeänä vapaata keskustelua, joten ohjattua toimintaa ei kuitenkaan tarvitse olla joka kerralle. Se riittäisi, että olisi edes vetäjä.

LÄHTEET

Airola, M. & Tarsalainen, A. 2003. *Perheessä on voimaa*. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Allardt, E.1976. *Hyvinvoinnin ulottuvuuksia*. Porvoo: WSOY.

Alasuutari, P. 1999. *Laadullinen tutkimus*. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Antila, T. 2002. *Lapsen oikeuksien päivä 2002. Löytöretki äitiyteen*. MLL. Helsinki: Makeprint Oy.

Berg, K. 2008. *Äitiys kulttuurisina odotuksina*. Väestötutkimuslaitoksen julkaisusarja D 48/2008. Helsinki: Vammalan Kirjapaino Oy.

Cottarell, J. 1996. *Social Networks and Social Influences in Adolescence*. London: Routledge.

Eskelinen, Aikku 2010. Kouluttaja. MLL:n Kainuun piiri. Kajaani 22.2.2010. Haastattelu.

Eskola, J. & Suoranta, J. 2005. *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. 7. painos. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. *Tutki ja kirjoita*. 13., osin uudistettu painos. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Isoniemi, H. & Penttilä, I. 2005. *Perheiden muuttuvat elinolot. Artikkeleita lapsiperheiden elämänmuutoksista*. Tilastokeskus. Helsinki: Multiprint Oy.

Joronen, K. 2005. *Adolescents' Subjective Well-being in their Social Contexts*. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy.

Järvinen, R., Lankinen, A., Taajamo, T., Veistilä, M. & Virolainen, A. 2007. *Perheen parhaaksi. Perhetyön arkea*. Helsinki: Edita Prima.

Katvala, S. 2001. *Missä äiti on? Äitejä ja äitiyden uskomuksia sukupolvien saatossa*. Jyväskylä: Jyväskylän Yliopistopaino ja ER-Paino Ky.

Kelhä, M. 2009. *Vääränikäisiä äitejä? Ikä ja äitiyden yhteiskunnalliset ehdot*. Kasvatustieteen laitoksen tutkimuksia 223. Helsinki: Yliopistopaino.

Kinanen, M. 2009. *Surusäkki. Vertaisryhmätyöskentelyä lasten sururyhmille*. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Learning Theories.com. Home. Maslow's Hierarchy of Needs [viitattu 24.1.2011]. Saatavissa: <http://www.learning-theories.com/maslows-hierarchy-of-needs.html>

Liinamaa, A. 2004. *Hiekkalaatikon haastajat - äitien keskustelua ja vertaistukea internetin kautta*. Pro gradu – tutkielma. Jyväskylän yliopisto: Kasvatustieteen laitos [viitattu 9.4.2011]. Saatavissa: <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/8857/G0000641.pdf?sequence=1>

Maslow, A. H. 1986. *Motivation and Personality*. Third Edition revised by Frager, R., Fadiman, J., McReynolds, C. & Cox, R. New York: HarperCollins Publishers.

MLL Kainuun Piiri ry. Etusivu [viitattu 24.11.2010]. Saatavissa: <http://kainuunpiiri.mll.fi/>

MLL Kainuun Piiri ry. Toiminta. Perhekahvila [viitattu 24.11.2010]. Saatavissa: <http://kainuunpiiri.mll.fi/toiminta/perhekahvila/>

MLL Kajaanin paikallisyhdistys ry. Ajankohtaista [viitattu 24.11.2010]. Saatavissa: http://www.mllkajaanipaikallisyhdistys.fi/index.php?option=com_content&task=view&id=13&Itemid=28

MLL. Perheille. Perhekahvilat [viitattu 21.6.2010]. Saatavissa: <http://www.mll.fi/perheille/perhekahvilat/>

MLL. Tietoa MLL:stä [viitattu 24.11.2010]. Saatavissa: <http://www.mll.fi/mll/>

NetMBA. Management. Maslow's Hierarchy [viitattu 24.1.2011]. Saatavissa: <http://www.netmba.com/mgmt/ob/motivation/maslow/>

Niemelä, J. & Dufva, V. 2003. *Hyvinvoinnin arjen asiantuntijat. Sosiaali- ja terveysjärjestöt uudella vuosituhanalla*. Juva: WS Bookwell Oy.

Niemelä, P., Siltala, P. & Tamminen, T. 2003. *Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus*. Juva: WS Bookwell Oy.

Nuorisolaki L 2006/72. Finlex. Lainsäädäntö [viitattu 21.6.2010]. Saatavissa:

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2006/20060072>

Paajanen, P. 2005. *Perhebarometri 2005. Eri teitä vanhemmuuteen: Kaksikymppisenä ja kolmekymppisenä lapsen saaneiden näkemyksiä perheellistymisestä ja vanhemmuudesta*. Väestöliitto. Helsinki: Vammalan Kirjapaino Oy.

Pietilä-Hella, R. 2010. *Tuntemattomista vertaistuttaviksi. Esikoisäitien ja -isien perhevalmennusprosessi Espoon uudentyyppisessä perhevalmennuskokeilussa*. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja. A Tutkimuksia 29. Tampere: Juvenes Print Oy.

Tilastokeskus. Syntyneet 2009. Syntyvyys korkein 40 vuoteen [viitattu 21.6.2010].

Saatavissa: http://www.stat.fi/til/synt/2009/synt_2009_2010-04-15_tie_001_fi.html

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2002. *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Viljamaa, M.-L. 2003. *Neuvola tänään ja huomenna. Vanhemmuuden tukeminen, perhekeskeisyys ja vertaistuki* [viitattu 21.6.2010]. Saatavissa:

<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/13356/9513914275.pdf?sequence=1>

Näpin vieraskirja. Kajaani.

Syntyvyys on selvässä kasvussa. YLE.fi. Kainuu [viitattu 6.1.2011]. Saatavissa:

http://yle.fi/alueet/kainuu/2009/12/syntyvyys_on_selvassa_kasvussa_kainuussa_1330706.html

TEEMAHAASTATTELURUNKO

TAUSTATIEDOT

- Minkä ikäinen olet?
- Minkä ikäisiä lapsia sinulla on?
- Ketä kuuluu perheeseesi?
- Oletko opiskelija/työtön/työssä/kotona/muu?
- Onko sinulla ammattia?

NÄPIN ÄITIEN TARPEET

- Onko sinulla millainen tukiverkosto (saatko tarvittaessa lastenhoitoapua)?
- Koetko että sinulla olisi enemmän tarvetta tuelle? Jos on, niin millaista?
- Mitkä/miten tarpeet ovat muuttuneet äidiksi tulon jälkeen?
- Mitä tarpeita sinulla on, että jaksat arjessa lapsen kanssa?
(fysiologiset, psyykkiset ja sosiaaliset tarpeet?)
- Mikä saa teidät tulemaan Näppiin?
- Onko Näpissä käyminen vaikuttanut elämääsi? Miten?
- Oletko saanut Näpin kautta ystäviä?
- Kuinka paljon olet tekemisissä muiden Näpissä käyvien äitien kanssa "vapaa-ajalla"?

NÄPPIN KEHITYSEHDOTUKSET

- Mistä kuulit Näpistä?
- Mikä sai sinut osallistumaan Näppi-toimintaan?
- Näpin kehitysehdotukset (Oletko tyytyväinen Näpissä järjestettyyn toimintaan? Mitä voisi kehittää toiminnassa, että se vastaisi paremmin tarpeisiin?)
- Käytkö muissa perhekahviloissa? Miksi? / Miksi et?
- Uskotko, että sinulla tulee pidettyä yhteyttä Näpin äiteihin, kun palaat töihin/ jos Näppi loppuu?

www.savonia.fi

